



Cena seminářů je 350 Kč

ANTONIE, ŘEKNI TO...

Přednášky, informační semináře

21. 9. | 19.00 | **SPIRITUÁLNÍ ASPEKTY ŽIVOTA**
5. 10. | 19.00 | **HOMEOPATIE A PODZIM**
19. 10. | 18.30 | **VÝCHOVA KLUKŮ**
12. 10. | 19.00 | **TVOŘÍME OBYTNÝ PROSTOR**
26. 10. | 19.00 | **KINEZILOGIE V BĚŽNÉM ŽIVOTĚ**
9. 11. | 18.30 | **VÝCHOVA DĚVČAT**
16. 11. 2017 | 18.30 | **CO JE LÉČIVÁ ENERGIE REIKI?**
23. 11. | 19.00 | **OČKOVÁNÍ Z POHLEDU HOMEOPATA**
30. 11. | 19.00 | **SETKÁNÍ SE ZEMÍ V NÁS**
7. 12. | 18.30 | **SOUROZENECKÉ KONSTELACE, NA POŘADÍ ZÁLEŽÍ...**
11. 1. 2018 | 19.00 | **ENERGIE KRAJINY A ZEMĚ**
18. 1. 2018 | 19.00 | **CO NÁM DÁVÁ SMYSL A JAK HO PROŽÍVÁME**
25. 1. 2018 | 18.30 | **CO JE LÉČIVÁ ENERGIE REIKI?**
22. 2. 2018 | 19.00 | **CO A JAK SI V ŽIVOTĚ VYBÍRÁME**
29. 3. 2018 | 19.00 | **OTÁZKY HLAVY A SRDCE**

Z nabídky si vyberete téma a den semináře a mailem nebo sms pošlete zprávu, že si rezervujete místo. Potvrdíme Vám, vaši rezervaci. Témata a časový rozvrh budou vyvěšeny na webu 123kondice, na vývěsce u ordinace 123kondice, budeme je aktualizovat na Facebooku a budou chodit pozvánky na jednotlivé večery z webu obecního úřadu.

Minulý rok ukázal, že přednášky a workshopy mají v 123Kondici své místo, moc mě potěšil váš zájem, a tak vám s radostí představuji program na zimní měsíce.

PŘEDNÁŠKY V CYKLU „ANTONIE, řekni to...“ BUDOU TENTO ROK PROBÍHAT KAŽDÝ ČTVRTEK V 19.00 HODIN, DELŠÍ PŘEDNÁŠKY VYJÍMĚČNĚ ZAČNOU V 18:30.

Můžeme se těšit na přednášku Vladky Bartákové, jak vychovávat děti a nepřijít o rozum, přidala téma sourozeneckých konstelací. Jana Ohanková nám řekne, jak se připravit na podzimní čas a poradí s homeopatickou léčbou v případě chřipky a nachlazení. S psychosomatickou Katkou Erlebachovou se ve čtyřech večerech vypravíme na cestu poznávání jednoho z nejdůležitějších aspektů našeho života - vztahu k sobě samé/mu a ke svému tělu. Letos přivítáme i nové lektory, máme nová témata i opakujeme ta, která se vám nejvíce líbila. Sledujte naši nabídku na webových stránkách nebo facebooku.

Mějte se hezky, **Adéla Mikulová**

Mgr. VLAŽKA BARTÁKOVÁ

Vystudovala na UK sociologii a psychologii. Pracuje v Poradně pro ženy v tísni Aqua vitae, kde se věnuje převážně terapeutické práci se ženami. Vede semináře a pobytové kurzy. Je vdána a má čtyři syny, má ráda mladou českou ilustrátorskou scénu a kvalitní čaj.

Přiblížme se našim dětem, pochopme jejich potřeby a vytvoříme bezpečné zázemí pro jejich vývoj.

19.10.	18.30	VÝCHOVA KLUKŮ
9.11	18.30	VÝCHOVA DĚVČAT
7.12.	18.30	SOUROZENECKÉ KONSTELACE, NA POŘADÍ ZÁLEŽÍ...

KATKA ERLEBACHOVÁ

Body terapeutka a facilitátorka seminářů na Psychosomatické klinice na Břevnově, kde se nejvíce zaměřuje na vnímání těla a způsoby, jak se naše mysl s tělesným citěním může propojovat. Žije v Praze a má blízký vztah k buddhismu.

Kateřina v rámci cyklu *Antonie, řekni to...* měla poutavé přednášky SEZNÁMENÍ S PSYCHOSOMATIČKOU a MINDFULNESS - jak může meditace pomoci v životě i v práci, jak se uvolnit od stresu.

21.9.	19.00	SPIRITUÁLNÍ ASPEKTY ŽIVOTA
Co pro nás znamená slovo spiritualita? Jak se nás tato oblast dotýká? V jakých rovinách prostupuje naše životy a co nám přináší? Na tyto a další otázky se pokusíme společně najít odpovědi.		

SÁM SOBĚ PŘÍTELEM – SÉRIE ČTYŘ NA SOBĚ NEZÁVISLÝCH VEČERŮ

Naše tělo je velmi moudré. Skrze naše smyslové kanály-vidění, slyšení, ochutnávání, citění, vnímání, skrze dotek, přijímáme informace, na základě nichž se můžeme rozhodovat v různých situacích běžného dne.

Učíme se vnímat, jak se svět odráží v našem těle.

1. setkání: 30.11.2017	19.00	„SETKÁNÍ SE ZEMÍ V NÁS“
2. setkání: 18.1.2018	19.00	„CO NÁM DÁVÁ SMYSL A JAK HO PROŽÍVÁME“
3. setkání: 22.2.2018	19.00	„CO A JAK SI V ŽIVOTĚ VYBÍRÁME“
4. setkání: 29.3.2018	19.00	„OTÁZKY HLAVY A SRDCE“

Mgr. JANA OHANKOVÁ

Zabývá se homeopatií, ve které nalézá značné možnosti, i jak navrátit a upevnit zdraví na všech úrovních. Současně s účinky homeopatických léků studuje, používá a doporučuje potraviny, tonika, byliny, medicínální houby a činnosti, které pomáhají navracet zdraví a také zdraví udržovat. Stále rozšiřuje své vzdělání a praxi. Na jaře v rámci *Antonie, řekni to...* měla přednášky TKÁŇOVÉ SOLI V LIDSKÉM TĚLE A HOMEOPATICKÁ PRVNÍ POMOČ

5.10.	19.00	HOMEOPATIE A PODZIM
Jak se posílit a předejít onemocněním na podzim, jaké homeopatické léky použít při příznacích chřipky, případně co dělat, když jsme nemocní příliš často?		
23.11.	19.00	OČKOVÁNÍ Z POHLEDU HOMEOPATA



JANA HEIDENREICHOVÁ

Kinezioložka, umělkyně a badatelka lidské duše.

Ve své poradně podporuje jednotlivce, aby získali sílu k uzdravení a svobodě. Kineziologie je postavena na poznacích tradiční asijské medicíny, která vždy respektovala jednotu těla a ducha. Kineziologie se zabývá tím, jak probudit vědomí a pochopit původ potíží, jak hledat různé vazby s životními problémy, jak změnit postoj k blokům a díky tomu obnovit důvěru ve své schopnosti, v sebe sama, a tak měnit svůj život.

Jana je autorkou mnoha ručně kreslených omalovánků, mandal, triček, tašek, kalendářů či záložek do knížek, které si lze prohlédnout a zakoupit. Pravidelně organizuje kurzy a workshopy mandal pro děti i dospělé.

26.10.	19.00	KINEZIOLOGIE V BĚŽNÉM ŽIVOTĚ
Obsahem přednášky je teorie kineziologie, kdy a jak vznikla a pro koho je vhodná. Praktická cvičení pro odbourání stresu a vyvážení energie. Povídání z praxe a případové studie.		

Ing. Arch. DUŠAN URBANCZYK

12.10.	19.00	TVOŘÍME OBYTNÝ PROSTOR
Obytný prostor vytváříme neustále tím, jak vnímáme své okolí, jak na něj myslíme, jak mu věnujeme pozornost tím, co si umísťujeme kolem sebe. Obytný prostor začíná u jídelního stolu, rozšiřuje se do ostatních místností, na zahradu a pokračuje až tam, kam dohlédnete z oken. Na několika příbežích a příkladech z vlastní praxe i ze známých míst si ukážeme, jak vznikají originální prostorové koncepty a jak je dotvářejí jejich originální uživatelé.		

Mgr. VÍT KUBIAS

Fyzioterapeut věnující se i práci s energií člověka. Kromě klasických fyzioterapeutických technik využívá i alternativní postupy ošetření v duchu celostního přístupu k člověku. Má rád přírodu, hudbu, knížky a deskové hry.

16.11.		
a 25.1.2018	18.30	CO JE LÉČIVÁ ENERGIE REIKI?
Reiki je univerzální léčivá energie. Hovoří se o metodě staré tisíce let. Jsme jí obklopeni a kdokoli z nás jí může používat pro sebe i pro pomoc druhým. Co nám nabízí a jak ji použít? Zájemcům stručně vysvětlím, o jakou s jedná metodu, jak vypadá ošetření pomocí Reiki a osobní zkušenosti s tou univerzální léčivou energií.		

Ing. Jiří Škaloud

Inženýr zabývající se vývojem systémů chemické analýzy. Svět vědy a techniky vůbec není daleko od esoteriky a duchovní práce. Nemusíme se přiklánět k jednomu nebo druhému. Tyto dva světy spolu nemusí soupeřit.

11.1.2018	19.00	ENERGIE KRAJINY A ZEMĚ
Jak se neztratit aneb naše místo ve světě přírody.		

